

انديشه‌هاي نوين تربيتي
دانشکده علوم تربيتي و روان‌شناسي
دانشگاه الزهراء^ص
دوره 7، شماره 1
بهار 1390
صص 9-28
تاريخ دريافت: 88/12/15 تاريخ بررسي: 88/3/5 تاريخ پذيرش: 89/11/10

رابطه کمال‌گرایی و باورهاي غيرمنطقي در زنان شاغل و خانه‌دار شهرستان يزد

عليرضا بخشايش*

الهام انتظاري**

چکیده

هدف پژوهش حاضر، بررسي رابطه بين کمال‌گرایی و باورهاي غيرمنطقي در زنان شاغل و خانه‌دار شهرستان يزد بود. بدین منظور از جامعه مورد نظر، 100 زن (50 زن شاغل، 50 زن خانه‌دار) به روش نمونه‌گيري در دسترس انتخاب شدند. آز مودني‌ها با مقياس‌هاي کمال‌گرايي اهواز (APS) و باورهاي غيرمنطقي جونز (IBT) ارزيابي شدند. روش پژوهش علی-مقایسه‌اي بود. داده‌هاي به دست آمده با استفاده از روش‌هاي آمار توصيفي، روش همبستگي پيرسون، آزمون t ، رگرسيون گام به گام و تحليل واريانس يکراهه تحليل شدند. نتايج نشان داد که بين باورهاي غيرمنطقي و کمال‌گرايي رابطه معني‌دار وجود دارد. ميان زنان شاغل و خانه‌دار از نظر ميزان کمال‌گرايي تفاوتی وجود نداشت؛ خرده‌مقياس‌هاي باورهاي غيرمنطقي مانند واکنش به ناکامي، ضرورت تأييد و

*. نويسنده مسئول: استاديار دانشگاه يزد abakhshayesh@yazduni.ac.ir

** کارشناس روان‌شناسي عمومي

حمایت دیگران و اجتناب از مسائل، کمال‌گرایی را پیش‌بینی کردند، اما سایر خرده‌مقیاس‌ها توان پیش‌بینی نداشتند. و همچنین مشخص شد که میزان تحصیلات، باورهای غیرمنطقی را به صورت معکوس پیش‌بینی می‌کند و افراد با ترتیب تولد متفاوت از نظر کمال‌گرایی، تفاوتی معنادار نشان دادند. در نهایت، تفاوت کمال‌گرایی در افراد با ترتیب تولد متفاوت به وسیله آزمون پی‌گیری شفه تحلیل شد و نشان داد که فرزندان چهارم از فرزندان اول کمال‌گراتر هستند.

کلید واژه‌ها:

کمال‌گرایی، باورهای غیرمنطقی، زنان، ترتیب تولد، سطح تحصیلات

مقدمه و بیان مسأله

تعالی و پیشرفت هر جامعه‌ای مستلزم داشتن افراد سالم و بانشاط است، روابط سالم با دیگران می‌تواند تکامل و رشد شخصیت را موجب شود (بخشی سورشجانی، 1379). شناخت شخصیت، ویژگی‌ها، چگونگی شکل‌گیری، عوامل مؤثر در ایجاد شخصیت و مسائلی مانند این‌ها، ارضاء حس کنجکاوی و میل به حقیقت‌جویی را در انسان به دنبال دارد زیرا این شناخت، نوعی خودشناسی است و شخص هنگام مطالعه موضوع‌های ذکر شده اغلب آن دانسته‌ها را با خود مقایسه کرده و تطبیق می‌دهد و احتمالاً با این شناخت نوعی طبقه‌بندی انجام می‌دهد، یعنی خود را در یکی از تیپ‌های شخصیتی قرار می‌دهد یا خود را دارای ویژگی‌های شخصیتی خاص می‌بیند. کمال‌گرایان از جمله افرادی هستند که در برخورد با واقعیت‌های زندگی دچار مشکل می‌شوند. این افراد به دلیل داشتن معیارهای بالای عملکرد و ارزیابی‌های سفت و سخت از خود و دیگران در معرض انواع بیماری‌ها و عملکردهای نامناسب قرار می‌گیرند (وردی، 1380). براساس شواهد، تفاوت‌های زیادی در کمال‌گرایی وجود دارد، اما مهم‌ترین مشخصه‌های کمال‌گرایی داشتن اهداف بلندپروازانه، جاه‌طلبانه، وصول‌ناپذیر و تلاش افراطی برای رسیدن

به این اهداف است (مهرابی‌زاده هنرمند و همکاران 1380).

فروید¹ (1975) در توصیف این افراد بیان می‌کند: محرک اصلی در زندگی این افراد رسیدن به خوشبختی نیست، بلکه تکامل و برتری یافتن است. زندگی آنها در یک سلسله بایدها و نبایدها خلاصه شده است و نرسیدن به کمالات، آنها را دچار اضطراب، افسردگی و احساس گناه شدید می‌کند (وردی، 1380). حتی هورنای² (1950) اظهار می‌دارد که افراد کمال‌گرا به شدت بر روی عقاید دیگران نسبت به خود حساب می‌کنند و این‌که دیگران آنها را اشخاص کامل بدانند، بسیار برای آنها مهم است، لذا خود را در دامی پایان ناپذیر گرفتار می‌بینند و مستعد انواع آسیب‌های روانی خواهند بود (وردی، 1380). دی بیاس³ (1999) نیز در پژوهشی گزارش کرد که بین کمال‌گرایی جامعه‌مدار با روان رنجوری در مردان و کمال‌گرایی دیگرمدار و جامعه‌مدار با روان رنجوری در زنان رابطه وجود دارد.

شولر و سیگل⁴ (2000) در پژوهشی که با عنوان بررسی تفاوت کمال‌گرایی در نمونه‌ای از دانش‌آموزان با استعداد در مدارس راهنمایی انجام دادند، به این نتیجه رسیدند که نگرانی دختران از اشتباه کردن، از کلاس‌های ششم تا هشتم افزایش می‌یابد؛ در حالی که در مردان نوسان وجود دارد. این موضوع می‌تواند به عقیده هورنای (1382) مبنی بر تفاوت بین عطش برتر شدن و جاه‌طلبی در موقعیت‌ها و سنین مختلف صحنه بگذارد.

نظریه آدلر⁵ بیان می‌دارد که هر یک از ما یک خودآرمانی داریم که بیان‌کننده انسان کامل است و در جهت رسیدن به آن تلاش می‌کنیم. تلاش برای برتر بودن، واکنش طبیعی به احساس‌های گریزناپذیر حقارت، یعنی تجربه اجتنابناپذیر و تقریباً فطری همه

-
1. Freud
 2. Horney
 3. Di Biase
 4. Schuler & Siegle
 5. Adler

انسانهاست. احساس‌های حقارت خاصی که هر فرد تجربه می‌کند، می‌تواند بر سبک زندگی‌ای تأثیر بگذارد که برای برتر شدن برمی‌گزینند. جایگاه کودک در خانواده - ترتیب تولد یا جایگاه ترتیبی - بر سبک زندگی او تأثیری مهم دارد (پروچاسکا¹ و نورکراس، 1383). عادل² (2005) نشان داد که در رابطه بین کمال‌گرایی، ترتیب تولد و نارضایتی بدنی براساس نوع خانواده تفاوت وجود دارد و همچنین اشبی³ و همکاران (2003) و فیزل⁴ (2008) نیز نشان دادند که کمال‌گرایی با جایگاه ترتیب تولد تفاوت معنی‌داری دارد.

فروید (1975) بیان کرد که افراد کمال‌گرا باید در هر کاری به حد کمال برسند و به بهترین نحو آن را انجام دهند وگرنه را ضی نخواهند شد (وردی، 1380). ویتنبرگ و نورکراس⁵ (2001) نیز گزارش کردند که سطح بالا از کمال‌گرایی جامعه‌مدار و سطح پایین از بردباری با کاهش لذت بردن از روان درماني، یعنی فقدان رضایت شغلی، رابطه دارد.

دانشمندان تفکر را هم رکن اساسی و هم مبدل رفتار موجود انسانی می‌دانند. به نظر بک⁶، ما با رویدادهای زندگی همیشه برخورداریم و واقع‌بینانه نمی‌کنیم. بخشانی (1372) بیان کرده که به اعتقاد ولپی⁷، ادراک ما از اشیاء و موقعیت‌های دنیای پیرامون، یکی از تعیین‌کننده‌های اعمال ماست و در نتیجه افکار، در رفتار انسان نقشی اساسی بازی می‌کنند (میناکاری و همکاران، 1384). الیس⁸، از نظریه پردازان مشهور، اختلالات عاطفی را ناشی از باورها و اعتقادات غیرمنطقی می‌داند و معتقد است که باورهای غیرمنطقی، باورهایی هستند که با واقعیت مطابقت نداشته و پیامدهای ناشی از آنها رفتارها و عواطف مخرب و بیمارگونه‌ای هستند که

1. Prochaska
2. Udell
3. Ashby
4. Fizel
5. Wittenberg & Norcross
6. Beck
7. Wolpe
8. Eliss

بقاء و سلامت روانی و عاطفی فرد را تهدید می‌کنند. ایس (1977) بیان می‌کند که انسان افکار غیرمنطقی را به طور مداوم برای خود تکرار می‌کند. بنابراین، جنبه‌ای از صفات پایدار شخصیت را این باورها تشکیل می‌دهند و همواره در رفتار و عواطف او متجلی می‌شوند (فرح‌بخش، 1373). در پژوهشی در رابطه با باورهای غیرمنطقی، وینینگ¹ و همکاران، (1990) نشان دادند زنانی که در باورهای غیرمنطقی مربوط به تأیید، ناکامی و وابستگی نمره بالایی گرفته‌اند در مقیاس نقش جنسیتی مربوط به اضطراب و روان‌رنجور خویی هم از بیشتر همتا‌های خود نمره بالاتری گرفته‌اند. همچنان نمیر و هیرال نظام² (2004) در نمونه‌ای از دانشجویان، 6 بُعد باورهای غیرمنطقی را مشاهده کردند. این ابعاد کمال‌گرایی، منفی‌کاری، سرزنش، گریزگری، نگرانی همراه با اضطراب و خواست کامل و مطلق را شامل بودند، اما رابطه بین میزان تحصیلات و باورهای غیرمنطقی نیز نتایج ضد و نقیضی به دست داده‌اند. برخی از پژوهش‌ها (صادقی‌فرد، 1375؛ صفدرخانی، 1387) وجود رابطه بین این دو متغیر را تأیید کرده‌اند. و برخی از پژوهش‌ها (مهربند، 1380؛ شمسی، 1382) نیز حاکی از نبود رابطه بین این دو متغیر هستند. در عین حال انگیزه کمال و تأثیر آن بر رفتار انسان تاریخچه طولانی دارد و حتی ترجمه برخی از آیات قرآن کریم بیان‌کننده آن است که انسان به اندازه توانایی‌های خود مکلف شده است نه بیشتر (بخشی سورشجانی، 1379). و نظر به این که باورهای غیرمنطقی با واقعیت تجربی همخوانی ندارند، یعنی از رویدادهای واقعی تبعیت نمی‌کنند، مطلق‌گرا و جزئی هستند و به صورت بایدهای مطلق‌گرا، حتم‌ها و الزام‌ها بیان می‌شوند (تراورس و درایدن³، 1385). بنابراین، واضح است که سلامت روانی یک جامعه به میزان سلامت روانی افراد آن جامعه وابسته است، به

1. Vinning
2. Namir & Hairal Nizam
3. Traverse & Dryden

ویژه زنان که بنابر خلقت الهی نقش مادری و تربیت فرزندان را بر عهده دارند و در این راستا اگر برخی از آنها ویژگی شخصیتی کمال‌گرا داشته باشند، با این احساس ناامنی و خودسنجی‌های موشکافانه، خود و افراد دیگر را عمیقاً آسیب‌پذیر می‌کنند.

دی بیاس (1999) نشان داد که بین کمال‌گرایی و باورهای غیرمنطقی رابطه ضعیفی وجود دارد. همچنین فلت¹ و همکاران، (2008) در پژوهشی در رابطه با نوجوانان نشان دادند که کمال‌گرایی خودمحور با 5 خرده‌مقیاس باورهای غیرمنطقی رابطه معنی‌دار دارد. در حالی که رابطه بین کمال‌گرایی جامعه‌مدار و خرده‌مقیاس باورهای غیرمنطقی کمتر بود. در پژوهشی دیگر نیز فلت و همکاران، (1991) رابطه بین سه بعد کمال‌گرایی (خودمدار- دیگرمدار- جامعه‌مدار) را با هسته باورهای غیرمنطقی تأیید کردند، همچنین واتسون و همکاران (2009) بیان کردند که 5 خرده‌مقیاس باورهای شخصی با سطوح بالای کمال‌گرایی، شرمساری و احساس گناه در ارتباط است. در همین راستا علی‌زاده و همکاران (1389) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که بین نمره کل باورهای غیرمنطقی و تمام خرده‌مقیاس‌های آن با کمال‌گرایی منفی رابطه مثبت معنی‌دار وجود داشت به جز خرده‌مقیاس کمال‌گرایی، که بر خلاف انتظار، رابطه منفی معنی‌دار با کمال‌گرایی منفی و نیز در باره کمال‌گرایی مثبت بین نمره کل باورهای غیرمنطقی با کمال‌گرایی مثبت رابطه منفی معنی‌دار وجود داشت.

اهمیت موضوع پژوهش مشهود است چرا که اکثر افراد بدون در نظر گرفتن توانایی‌های خود در مسیری بلندپروازانه و افراطی گام بر می‌دارند و در نتیجه یک باور غیرمنطقی شکل می‌گیرد که پایه‌های منطقی ضعیفی دارد و پیامدهای رنج‌آوری برای آنها به همراه دارد. بنابراین، در پژوهش حاضر فرضیه‌های زیر بررسی شد:

1- بین باورهای غیرمنطقی و کمال‌گرایی رابطه وجود دارد.

1. Flett

- 2- میان زنان شاغل و خانه‌دار از نظر میزان کمال‌گرایی تفاوت وجود دارد.
- 3- خرده‌مقیاس‌های باورهای غیرمنطقی کمال‌گرایی را پیش‌بینی می‌کنند.
- 4- میزان تحصیلات، باورهای غیرمنطقی را به صورت معکوس پیش‌بینی می‌کند.
- 5- میان افراد با ترتیب تولد متفاوت از نظر کمال‌گرایی تفاوت وجود دارد.

روش پژوهش

طرح این پژوهش، یک طرح توصیفی از نوع علی-مقایسه‌ای بود. جامعه آماری این پژوهش تمام زنان متأهل ساکن شهرستان یزد را شامل بود که از این شهرستان 100 نفر (50 زن خانه‌دار، 50 زن شاغل «کارمندان دانشگاه و معلمان») به صورت در دسترس انتخاب شدند. گاهی اوقات، انتخاب نمونه به صورت تصادفی یا غیر تصادفی مشکل و حتی در برخی موارد غیرممکن است، در چنین شرایطی پژوهشگر، از نمونه‌گیری در دسترس استفاده می‌کند. نمونه در دسترس گروهی از اعضای جامعه هستند که انتخاب آن‌ها فقط به دلیل سهولت در نمونه‌گیری بوده است (دلاور، 1383).

به خاطر همکاری نکردن برخی آزمودنی‌ها در پر کردن پرسشنامه‌ها، 92 پرسشنامه تحلیل شد. ابزار این پژوهش شامل یک فهرست مشخصات جمعیت‌شناختی و دو آزمون روان‌شناختی به عبارت زیر بود:

1- مقیاس کمال‌گرایی اهواز (APS)¹

مقیاس کمال‌گرایی اهواز مقیاسی برای سنجش کمال‌گرایی است که نجاریان و همکاران در سال 1377، آن را به وسیله روش آماری تحلیل عوامل ساخته‌اند. این مقیاس یک مقیاس خودگزارشی (مداد- کاغذی) است که 27 ماده دارد. پیوستار پاسخ‌ها در مقیاس 27 ماده‌ای کمال‌گرایی بر پایه طیف (اغلب اوقات)،

1. Ahvaz Perfectionism Scale

(گاهی اوقات)، (به ندرت) و (هرگز) رتبه‌بندی شده و به ترتیب نمره‌های سه، دو، یک و صفر به هر گزینه اختصاص یافته است (مهرابی‌زاده هنرمند و همکاران، 1378).

برای سنجش همسانی درونی از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد. براساس نتایج حاصله ضرایب آلفا برای کل نمونه (دانشجویان) $0/89$ ، آزمودنی‌های دختر $0/898$ و پسر $0/888$ بود. برای سنجش پایایی¹، این مقیاس به فاصله چهار هفته دوبار در میان 190 دانشجوی دختر و پسر اجرا شد. ضرایب همبستگی بین نمره‌های آزمودنی‌ها در دو نوبت یعنی آزمون و آزمون مجدد برای کل آزمودنی‌ها، دختر و پسر، به ترتیب $0/68$ ، $0/69$ و $0/67$ بود که در حد مقبولی هستند (نجاریان و همکاران، 1378). همچنین نجاریان و همکاران برای ارزیابی اعتبار² APS، مقیاس مذکور را، به طور همزمان با مقیاس‌های الگوی رفتاری تیپ A سمی (TA1) و غیرسمی (TA2)، خرده‌مقیاس شکایات جسمانی مقیاس فهرست تجدید نظر شده علائم روانی و مقیاس عزت نفس کوپراسمیت³، به دانشجویان نمونه پژوهش خود ارائه کردند. ضرایب همبستگی بین نمره‌های کل آزمودنی‌ها در مقیاس کمال‌گرایی با مقیاس الگوی رفتار تیپ A سمی (TA1)، $0/65$ به دست آمد. ضریب همبستگی بین مقیاس APS با مقیاس رفتار تیپ A غیرسمی (TA2) 16% بود که معنی‌دار نیست. ضریب همبستگی بین مقیاس APS با مقیاس شکایات جسمانی $0/41$ و با مقیاس عزت نفس کوپراسمیت $0/39$ - بود که معنی‌دار است (نجاریان و همکاران، 1378).


2- آزمون باورهای غیرمنطقی جونز (IBT)⁴

جونز این آزمون را در سال 1968، براساس دیدگاه ایس ساخته است. اکثر پژوهش‌های که پیرامون رابطه عقاید و باورهای غیرمنطقی با کنش‌های رفتاری و عاطفی در زمینه درمان عقلانی-عاطفی انجام شده است

-
1. reliability
 2. validity
 3. Coopersmith
 4. Irrational Belief Test

از این آزمون استفاده کرده‌اند (مهربند، 1380). این آزمون از پرکاربردترین ابزارهای اندازه‌گیری باورهای غیرمنطقی است که 10 مقیاس و هر مقیاس 10 سؤال دارد که باورهای غیرمنطقی ده‌گانه الیس را بررسی می‌کند. تعداد کل عبارات آزمون 100 عبارت که به روش لیکرت و به صورت 5 درجه‌ای است (صولتی، 1379). آزمودنی هر عبارت را می‌خواند و موافقت و مخالفت خود را با توجه به درجات به شدت مخالف، تا حدی مخالف، نه مخالف و نه موافق، تا حدی موافق، به شدت موافق مشخص می‌کند. به هر یک از درجات با توجه به کلید نمره‌گذاری، نمره خاصی تعلق می‌گیرد (مهربند، 1380). برای اعتبار آزمون باورهای غیرمنطقی، زوراسکی و اسمیت¹ در مطالعه‌ای، با استفاده از یک روش چند مقیاسی، رابطه تفکرات غیرمنطقی و آشفتگی‌های عاطفی 73 بیمار را بررسی کردند که به مرکز بهداشت روانی مراجعه کرده بودند. ضریب همبستگی بین آزمون تفکرات غیرمنطقی جونز با آزمون تفکرات منطقی شورکی و ویتمن² با مقیاس اضطراب آشکار، با آزمون افسردگی بک و با اضطراب صفت-حالت به ترتیب 0/71، 0/66، 0/59 و 0/77 و ضریب همبستگی بین ضرایب آنها در سطح 0/99 آماری معنادار گزارش شده است. دوناپوش در سال 1377، بررسی صوری فرم فارسی آن را به تأیید متخصصان روان‌شناسی و علوم تربیتی رساند و برای روایی همگرا، ضریب همبستگی آن را با آزمون افسردگی بک 0/82 گزارش کرده که در سطح آماری (a=0/1) معنادار بوده است. دوناپوش (1377) بیان کرده است که جونز در سال 1969، با استفاده از روش آزمون مجدد، پایایی آزمون را 0/92 و پایایی هر یک از خرده‌مقیاس‌های ده‌گانه آن را 0/66 تا 0/80 و میانگین پایایی همه خرده‌مقیاس‌ها را 0/74 اعلام کرده است (گردی و همکاران، 1384). تقی‌پور در سال 1373 و سودانی در سال 1375، پایایی آن را از طریق محاسبه

1. Zurawski & Smith
2. Shorkey & Whiteman

19  بررسی رابطه کمال‌گرایی و باورهای ...

آلفای کرونباخ به ترتیب 0/71 و 0/79 به دست آورده‌اند (گردی و همکاران، 1384).
برای تجزیه و تحلیل اطلاعات به دست آمده از دو روش آمار توصیفی و آمار استنباطی استفاده شد. در بخش آمار توصیفی از شاخص‌های فراوانی، درصد، میانگین و انحراف معیار و در بخش آمار استنباطی از روش همبستگی پیرسون، رگرسیون به روش گام به گام، آزمون t و تحلیل واریانس یکراهه استفاده شد.

یافته‌های پژوهش

میانگین و انحراف معیار نمره‌های مربوط به پرسشنامه کمال‌گرایی و پرسشنامه باورهای غیرمنطقی و خرده‌مقیاس‌های آن به تفکیک در جدول 1 منعکس شده است.

جدول 1: یافته‌های توصیفی مربوط به پرسشنامه کمال‌گرایی و پرسشنامه باورهای غیرمنطقی و خرده‌مقیاس‌های آن (N = 92)

حد اقل	حد اکثر	انحراف معیار	میانگین	شاخص‌های آماری
				متغیرها
23	64	9/55	43/64	کمال‌گرایی (کل)
235	354	22/67	248/82	باورهای غیرمنطقی
14	37	5/03	26/56	ضرورت تأیید و حمایت دیگران
22	45	4/10	30/59	انتظار بیش از حد از خود
19	41	4/15	29/30	تمایل به سرزنش خود
17	40	4/78	28/08	واکنش به ناکامی
10	37	5/32	25/26	بی‌مسئولیتی عاطفی
22	42	4/28	31/83	دل‌مشغولی زیاد همراه با اضطراب
12	37	4/37	23/75	اجتناب از مسائل
14	41	4/37	31/11	وابستگی
20	42	4/81	31/26	ناامیدی نسبت به تغییر
19	36	3/59	27/04	کمال‌گرایی

همان‌طور که در جدول 1 ملاحظه می‌شود میانگین و انحراف معیار نمرات افراد در پرسشنامه کمال‌گرایی (کل) به ترتیب برابر با 43/64 و 9/55 است و میانگین و انحراف معیار نمرات افراد در باورهای غیرمنطقی (کل) به ترتیب برابر با 248/82 و 22/67 است. همچنین میانگین نمرات افراد در خرده‌مقیاس دل‌مشغولی زیاد همراه با اضطراب برابر با 31/83 که در مقایسه با خرده‌مقیاس‌های دیگر بیشتر است. در جداول زیر توزیع نمونه به تفکیک (ترتیب تولد و میزان تحصیلات) نشان داده شده است:

جدول 2: توزیع نمونه به تفکیک ترتیب تولد (N =92)

درصد	فراوانی	شاخص ترتیب تولد
19/6	18	فرزند اول
28/3	26	فرزند دوم
22/8	21	فرزند سوم
13/0	12	فرزند چهارم
6/5	6	فرزند پنجم
6/5	6	فرزند ششم
1/1	1	فرزند هفتم
1/1	1	فرزند نهم
1/1	1	فرزند دهم

همان‌طور که در جدول 3 ملاحظه می‌شود در مجموع 92 نفر، تعداد افرادی که در خانواده فرزند دوم بوده‌اند، بیشترین توزیع نمونه را تشکیل می‌دهند.

جدول 3: توزیع نمونه به تفکیک میزان تحصیلات (N =91)

درصد	فراوانی	شاخص میزان تحصیلات
17/3	16	زیر دیپلم
41/3	38	دیپلم
40/2	37	بالتر از دیپلم

همان‌طور که در جدول 3 ملاحظه می‌شود تعداد افرادی که مدرک دیپلم دارند بیشترین درصد نمونه را به خود اختصاص داده‌اند و تعداد افرادی که مدرک زیردیپلم دارند کمترین درصد نمونه را به خود اختصاص داده‌اند.

فرضیه اول

جدول زیر نتایج مربوط به رابطه کمال‌گرایی و باورهای غیرمنطقی را از طریق روش همبستگی پیرسون نشان می‌دهد.

جدول 4: همبستگی بین کمال‌گرایی و باورهای غیرمنطقی کل

متغیرها	شاخص‌های آماری	ضریب همبستگی	سطح معنی‌داری
باورهای غیرمنطقی و کمال‌گرایی		0/507	0/001

نتایج ارائه شده در جدول 4 نشان می‌دهد که ضریب همبستگی به دست آمده ($p < 0/001$ و $r = 0/507$) مثبت و معنی‌دار است. یعنی هرچه باورهای غیرمنطقی بیشتر باشد میزان کمال‌گرایی افراد بیشتر است. بنابراین، فرضیه اول پژوهش تأیید می‌شود.

فرضیه دوم

نتایج مربوط به تفاوت زنان شاغل و خانه‌دار از نظر میزان کمال‌گرایی در جدول زیر آمده است:

جدول 5: تفاوت زنان شاغل و خانه‌دار از نظر میزان کمال‌گرایی

شاخص‌های آماری گروه‌ها	میانگین	انحراف معیار	ارزش t	درجه آزادی	سطح معنی‌داری
شاغل	43/28	8/89	-0/358	90	0/721
خانه‌دار	44/00	10/26			

همان‌طور که در جدول 5 ملاحظه می‌شود با توجه به سطح معناداری $p = 0/721$ ، ارزش t به دست آمده ($-0/358$) معرف نبود تفاوت معنادار بین میزان کمال‌گرایی زنان شاغل و خانه‌دار است. بنابراین، تفاوت معنادار نیست و فرضیه پژوهشی دوم رد می‌شود.

فرضیه سوم

نتایج مربوط به نقش خرده‌مقیاس‌های باورهای غیرمنطقی در پیش‌بینی کمال‌گرایی در جدول 6 آمده که از رگرسیون گام به گام استفاده شده است:

23 بررسی رابطه کمال‌گرایی و باورهای ...

جدول 6: محاسبات رگرسیون با توجه به نقش خرده‌مقیاس‌های باورهای غیرمنطقی در پیش‌بینی کمال‌گرایی با روش گام به گام

مدل	متغیر	بتا	سطح معنی‌داری	F	R	R ²
1	واکنش به ناکامی	0/456	0/000	23/574	0/456	0/208
2	واکنش به ناکامی	0/396	0/000	15/906	0/513	0/263
	ضرورت تأیید و حمایت دیگران	0/244				
3	واکنش به ناکامی	0/326	0/000	12/833	0/552	0/304
	ضرورت تأیید و حمایت دیگران	0/227				
	اجتناب از مسائل	0/216				

با توجه به داده‌های محاسبه شده در جدول 6، مقدار R برای پیش‌بینی کمال‌گرایی با توجه به خرده‌مقیاس (واکنش به ناکامی) برابر با $R = 0/456$ و $R^2 = 0/208$ است. پس مدل رگرسیون با توجه به مقدار F برابر است با ($F = 23/574$ و $p < 0/001$) که نشان می‌دهد مقدار R معنی‌دار است.

در رابطه با پیش‌بینی کمال‌گرایی با توجه به مدل دوم (واکنش به ناکامی و ضرورت تأیید و حمایت دیگران) مقدار R برابر است با $0/513$ و مقدار R^2 برابر با $0/263$ است. با توجه به مدل رگرسیون مقدار F برابر است با ($F = 15/906$ و $p < 0/001$) است که نشان می‌دهد مقدار R معنی‌دار است. در نتیجه مقدار R برای پیش‌بینی کمال‌گرایی با توجه به مدل سوم (واکنش به ناکامی، ضرورت تأیید و حمایت دیگران و اجتناب از مسائل) برابر با $R = 0/552$ و $R^2 = 0/304$ است پس مقدار F با توجه به مدل رگرسیون برابر است با ($F = 12/833$ و $p < 0/001$) که نشان می‌دهد مقدار R معنی‌دار است.

با توجه به آنچه بیان شد خرده‌مقیاس‌های واکنش به ناکامی، ضرورت تأیید و حمایت دیگران و اجتناب از مسائل کمال‌گرایی را پیش‌بینی می‌کنند، اما دیگر خرده‌مقیاس‌های باورهای غیرمنطقی از جمله؛ انتظار بالا از خود، تمایل به سرزنش خود، بی‌مسئولیتی عاطفی، نگرانی زیاد همراه با اضطراب، وابستگی،

نام‌یابی نسبت به تغییر و کمال‌گرایی به دلیل نداشتن نقش معنی‌دار در پیش‌بینی کمال‌گرایی از معادله کنار گذاشته شده‌اند.

فرضیه چهارم

نتایج مربوط به نقش میزان تحصیلات در پیش‌بینی باورهای غیرمنطقی به صورت معکوس در جدول 7 آمده است:

جدول 7: مدل رگرسیون با توجه به نقش میزان تحصیلات در پیش‌بینی باورهای غیرمنطقی با روش گام به گام

مدل	متغیر	بتا	سطح معنی‌داری	F	R	R ²
1	میزان تحصیلات	-0/381	0/012	6/944	0/381	0/145

با توجه به نتایج به دست آمده در جدول 7 ملاحظه می‌شود مقدار R برای پیش‌بینی باورهای غیرمنطقی با توجه به متغیر میزان تحصیلات برابر با (R = 0/381) و (R² = 0/145) است و مدل رگرسیون با توجه به مقدار F برابر است با (p = 0/012 و F = 6/944) که نشان می‌دهد مقدار R معنی‌دار است. بنابراین، فرضیه چهارم پژوهش تأیید می‌شود. مبنی بر این‌که میزان تحصیلات افراد، باورهای غیرمنطقی را در آنها پیش‌بینی می‌کند.

فرضیه پنجم

نتایج مربوط به تفاوت افراد از نظر میزان کمال‌گرایی با توجه به ترتیب تولد، در جدول 8 آمده است:

جدول 8: تحلیل واریانس یکراهه تفاوت در نمره‌های کمال‌گرایی با توجه به ترتیب تولد

شاخص منبع تغییر	درجه آزادی	مجموع مجذورات	میانگین مجذورات	F	سطح معنی‌داری
بین گروه‌ها	5	1195/433	239/087	3/055	0/014
درون گروه‌ها	83	6496/365	78/269		
کل	88	7691/798			

با توجه به این‌که در ترتیب تولد فرزندان هفتم، نهم و دهم در میان آزمودنی‌ها در کل سه نفر بودند بنابراین، در محاسبات تحلیل واریانس کنار گذاشته شدند. و همان‌گونه که در جدول 8 ملاحظه می‌شود ($F = 3/055$ و $p = 0/014$)، نتایج نشان‌دهنده این است که تفاوت میان نمره‌های کمال‌گرایی گروه‌ها با ترتیب تولد متفاوت معنادار است. در ادامه به منظور مقایسه کمال‌گرایی در افراد با ترتیب تولد متفاوت از آزمون پی‌گیری شفه استفاده شد.

جدول 9: نتایج آزمون پی‌گیری شفه برای مقایسه کمال‌گرایی بر اساس ترتیب تولد

مقایسه‌های ترتیب تولد	اول			دوم			سوم			چهارم			پنجم			ششم		
	سطح معنی داری	خطای انحراف معیار	میانگین تفاوت‌ها	سطح معنی داری	خطای انحراف معیار	میانگین تفاوت‌ها	سطح معنی داری	خطای انحراف معیار	میانگین تفاوت‌ها	سطح معنی داری	خطای انحراف معیار	میانگین تفاوت‌ها	سطح معنی داری	خطای انحراف معیار	میانگین تفاوت‌ها	سطح معنی داری	خطای انحراف معیار	میانگین تفاوت‌ها
اول	-	-	-	0/90	2/71	3/40	0/903	2/71	-3/40	1/00	2/84	-0/93	0/033	3/29	-11/80	0/94	4/17	-4/55
دوم	0/90	2/71	3/40	-	-	-	-	-	-	0/96	2/59	2/46	0/20	3/08	-8/40	1/00	4/00	-1/15
سوم	1/00	2/84	0/93	0/96	2/59	2/46	-	-	--	-	-	-	0/052	3/20	-10/86	0/97	4/09	-3/61
چهارم	0/033	3/29	11/80	0/20	3/08	8/40	-	-	-	0/05	3/20	10/86	-	-	-	0/74	4/42	7/25
پنجم	0/94	4/17	4/55	1/00	4/00	1/15	0/97	4/09	3/61	0/97	4/09	3/61	0/74	4/42	-7/25	-	--	-
ششم	0/96	4/17	4/22	0/96	4/00	0/82	0/98	4/09	3/28	0/98	4/09	3/28	0/70	4/42	-7/58	1/00	5/10	-0/33

نتایج به دست آمده در جدول 9 نشان‌دهنده آن است که بین نمره‌های کمال‌گرایی در افرادی که فرزندان چهارم خانواده بوده‌اند در مقایسه با گروه‌های دیگر تفاوت معنی‌داری وجود دارد. بنابراین نتایج، فرزندان چهارم کمال‌گراتر از فرزندان اول هستند.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه بین کمال‌گرایی و باورهای غیرمنطقی در زنان شاغل و خانه‌دار بود. در راستای ارتباط کمال‌گرایی و باورهای غیرمنطقی، سایر پژوهش‌ها مانند پژوهش فلت و همکاران، (1991) این نتیجه را نشان دادند که سه بُعد کمال‌گرایی با هسته باورهای غیرمنطقی رابطه دارند که این نتیجه همسو با یافته این پژوهش رابطه کمال‌گرایی و باورهای غیرمنطقی را تأیید کرده است. همچنین فلت و همکاران، (2008) نشان دادند که کمال‌گرایی خودمحور با 5 خرده‌مقیاس باورهای غیرمنطقی رابطه دارد و دبی‌بی‌اس (1999) رابطه ضعیفی را بین کمال‌گرایی و باورهای غیرمنطقی تأیید کرد. واتسون و همکاران (2009) بیان کردند که 5 خرده‌مقیاس باورهای شخصی با سطوح بالای کمال‌گرایی ارتباط دارد. بنابراین، می‌توان چنین استنباط کرد که کمال‌گرایی با افزایش سطوح غیرمنطقی باورها شناسایی می‌شود.

تفاوت میان زنان شاغل و خانه‌دار از نظر میزان کمال‌گرایی تأیید نشد، که با توجه به بررسی‌های انجام شده پژوهشی در زمینه مقایسه بین دو گروه یافت نشد. بنابراین، نوع وضعیت اجتماعی (شاغل یا خانه‌دار بودن) تعیین‌کننده تفاوت از نظر میزان کمال‌گرایی نیست. افزون بر آن نوع شغل برآورد نشده است که همین عامل می‌تواند در نتیجه اثربخش باشد. در رابطه با نقش خرده‌مقیاس‌های باورهای غیرمنطقی در پیش‌بینی کمال‌گرایی، خرده‌مقیاس‌هایی مانند واکنش به ناکامی، ضرورت تأیید و حمایت دیگران و اجتناب از مسائل توانستند کمال‌گرایی را پیش‌بینی کنند، اما سایر خرده‌مقیاس‌ها توان پیش‌بینی نداشتند. سایر پژوهش‌ها (به عنوان مثال: فلت و همکاران، 1991) نشان داده‌اند که کمال‌گرایی

خودمدار با خرده‌مقیاس‌های باورهای غیرمنطقی (انتظارات بیش از حد بالا و راه‌حل‌های کامل) رابطه مثبت دارد و کمال‌گرایی جامع‌مدار با خرده‌مقیاس‌هایی از باورهای غیرمنطقی مانند انتظارات بیش از حد بالا، وابستگی، توقع تأیید از دیگران، سرزنش و نگرانی توأم با اضطراب رابطه دارد، اما کمال‌گرایی دیگرمدار با تعداد کمی از باورهای غیرمنطقی رابطه نشان می‌دهد. همچنین پژوهشی که فلت و همکاران، (2008) انجام داده‌اند بیان‌کننده آن بود که کمال‌گرایی خودمحور با 5 خرده‌مقیاس باورهای غیرمنطقی رابطه دارد (خرده‌مقیاس‌ها ذکر نشده‌اند). بنابراین، با توجه به پژوهش علی زاده و همکاران (1389) که بیان کرده بودند بین نمره کل باورهای غیرمنطقی و تمام خرده‌مقیاس‌های آن با کمال‌گرایی منفی رابطه مثبت معنی‌دار وجود دارد به جز خرده‌مقیاس کمال‌گرایی نیز بین نمره کل باورهای غیرمنطقی با کمال‌گرایی مثبت رابطه منفی معنی‌دار وجود دارد؛ لذا می‌توان چنین استنباط کرد در افرادی که به دنبال تأیید و حمایت دیگران هستند و به جای برخورد با مسائل از آنها اجتناب می‌کنند و وقایع و حوادث را نهایت ناراحتی و بیچارگی می‌دانند، می‌توان کمال‌گرایی را پیش‌بینی کرد.

نقش میزان تحصیلات در پیش‌بینی باورهای غیرمنطقی به صورت معکوس تأیید شد. در مقایسه با سایر پژوهش‌ها، برخی پژوهش‌ها (شمسی، 1382؛ مهربند، 1380)، نشان داده‌اند که رابطه معنی‌داری بین باورهای غیرمنطقی و سطح مدرک تحصیلی وجود ندارد، اما در پژوهش‌های دیگری (صادقی‌فرد، 1375؛ صفدرخانی، 1387) نشان داده‌اند که بین باورهای غیرمنطقی و مدرک تحصیلی رابطه معنی‌داری وجود دارد. با توجه به ناهمسان بودن نتایج می‌توان چنین استنباط کرد که عملکرد تحصیلی یک عامل پیچیده است که به روش‌های مختلف سنجیده می‌شود. بنابراین، تا حدودی می‌توان گفت که در افراد با میزان تحصیلات مختلف، میزان باورهای غیرمنطقی متفاوتی را پیش‌بینی می‌کنند. به طوری که در افراد با مدرک تحصیلی بالا

باورهای غیرمنطقی کمتر و در افراد با مدرک تحصیلی پایین باورهای غیرمنطقی بیشتری را بتوان پیش‌بینی کرد.

در رابطه با تفاوت میان افراد با ترتیب تولد متفاوت از نظر کمال‌گرایی، یافته‌ها تأیید شدند. در مقایسه با سایر پژوهش‌ها، پژوهش‌های فیزل (2008) و اشبی و همکاران، (2003) نیز همین نتیجه را نشان داد، اما با این تفاوت که پژوهش فیزل نشان داد فرزندان اول کمال‌گرایی سازگارانه و فرزندان چهارم کمال‌گرایی ناسازگارانه هستند. این یافته با یافته‌های پژوهش حاضر در رابطه با کمال‌گرایی بودن فرزندان چهارم خانواده همخوانی دارد، ولی تعیین سازگارانه یا ناسازگارانه بودن آن نیازمند پژوهش‌های دیگری است. پژوهش اشبی و همکاران نشان داد که جوان‌ترین کودکان خانواده بیشتر غیرکمال‌گرا هستند. بنابراین، در مقایسه با پژوهش حاضر که مشخص شده بود فرزندان چهارم خانواده کمال‌گرایی از فرزندان اول خانواده هستند، می‌توان چنین استنباط کرد که جایگاه ترتیب تولد می‌تواند به عنوان یک متغیر، کمال‌گرایی را در افراد تعیین کند، اما باید دانست که در این پژوهش، پژوهشگران از تعداد کل اعضاء خانواده اطلاعی حاصل نکرده‌اند و افزون بر آن پژوهشگران پیشین نوع کمال‌گرایی را در افراد با ترتیب تولد متفاوت، در نظر داشته‌اند. بنابراین، هنوز این حوزه نیز به پژوهش‌های بیشتری نیاز دارد. از جمله محدودیت‌های این پژوهش طولانی بودن پرسشنامه باورهای غیرمنطقی بود که پژوهشگر به ناچار به علت ناقص بودن برخی از پرسشنامه‌ها تعدادی از آنها را کنار گذاشت. بنابراین، به پژوهشگران آینده پیشنهاد می‌شود که در صورت علاقه‌مندی به اندازه‌گیری این سازه روان‌شناختی، ابزاری کوتاه‌تر تدوین کنند. همچنین آگاهی از این امر که فرزندان اول و چهارم کمال‌گرا تر هستند می‌تواند والدین و مربیان را در جهت برخورد بهینه با این افراد یاری کند. روان‌شناسان و مشاوران از این یافته‌ها در زمینه درمان و نیز در کار با افراد کمال‌گرا و درباره باورهای غیرمنطقی استفاده کنند.

منابع

- بخشی سورشجانی، ل، (1379). بررسی رابطه کمال‌گرایی با افسردگی و عملکرد تحصیلی و رابطه دو متغیر اخیر با وضعیت اجتماعی اقتصادی والدین در دانش‌آموزان دختر مراکز پیش‌دانشگاهی اهواز، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شهیدچمران اهواز.
- پروچاسکا، جیمز. او. و نورکراس، جان. سی، (1383). نظریه‌های روان‌درمانی، ترجمه یحیی سیدمحمدی، تهران، رشد.
- تراورس، ج و درایدن، و، (1385). درمان عقلانی، عاطفی، رفتاری (چگونه منطقی فکر کنیم و از احساسات سالم‌تر و آرامش بیشتری برخوردار شویم)، ترجمه عبدالرسول پاسالاری بهجانی و فرشاد معصومی، شیراز، نوید.
- دلاور، ع، (1383). روش پژوهش در روان‌شناسی و علوم تربیتی، تهران، رشد.
- شمسی، ع، (1382). رابطه بین رضایت شغلی، سلامت روان و باور منطقی معلمان کلاس سوم راهنمایی با پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان آنان در شهرستان خمین در سال تحصیلی 81-82، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت معلم تهران.
- صادقی‌فرد، م، (1375). بررسی باورهای غیرمنطقی در زنان مراجعه‌کننده به دادگاه‌های عمومی با زنان عادی در شهرستان بندرعباس، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی تهران.
- صفدرخانی، ف، (1387). تأثیر کارگاه‌های آموزش پیش از ازدواج بر باورهای غیرمنطقی نسبت به ازدواج، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه یزد.
- صولتی، ک، (1379). بررسی بارهای غیرمنطقی در اقدام‌کنندگان به خودکشی (به روش خود سوزی) و افراد بهنجار، مجله دانشگاه علوم پزشکی شهرکرد، شماره 1، دوره 2، ص 52-60.
- علی‌زاده صحرائی، ا. ه.؛ خسروی، ز. و بشارت، م. ع، (1389). رابطه باورهای غیرمنطقی با کمال‌گرایی مثبت و منفی در دانش‌آموزان شهرستان نوشهر،

- مطالعات روان‌شناختی، 6 (1)، ص 9-42.
- فرحبخش، ک، (1373). بررسی و مقایسه میزان عقاید غیرمنطقی در بیماران افسرده 20-50 ساله مراجعه‌کننده به مراکز روان‌پزشکی شهر اصفهان با افراد عادی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبائی تهران.
- گردی، ف؛ میناکاری، م و حیدری، م، (1384). رابطه سلامت روانی با تفکرات غیرمنطقی در دانشجویان دانشگاه شهیدبهشتی، مجله پژوهش‌های روان‌شناختی، شماره 3 و 4، دوره 8، ص 45-61.
- مهرابی‌زاده هنرمند، م؛ نجاریان ب. و بهارلو، ر، (1378). رابطه کمال‌گرایی و اضطراب اجتماعی در دانشجویان دانشگاه اهواز، مجله روان‌شناسی، شماره 3، سال سوم، ص 231-247.
- مهریند، مینا، (1380). ارتباط باورهای غیرمنطقی، ابراز وجود و عملکرد تحصیلی در دانش‌آموزان دختر دبیرستان‌های شهرستان اهواز در سال تحصیلی 78-79، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تهران.
- نجاریان، ب؛ عطاری، ی.ع و زرگر، ی.ا، (1378). ساخت و اعتباریابی مقیاسی برای سنجش کمال‌گرایی، مجله علوم تربیتی و روان‌شناسی، شماره 3 و 4، سال پنجم، دوره 3، ص 43-58.
- هورنای، ک، (1382). عصبیت و رشد آدمی، ترجمه محمدجعفر مصفا، تهران، بهجت.
- وردی، م، (1380). رابطه کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی با سلامت روانی و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دختر مراکز پیش‌دانشگاهی اهواز، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شهیدچمران اهواز.
- Ashby, G.S, LoCicero, K.H, & Kenny, M.C, (2003). The relationship of multidimensional perfectionism to psychological birth order, *Journal of Individual Psychology*, 59(1). 42-51.
- Di Biase, M, (1999). Perfectionism in relation to irrational beliefs and neuroticism in community college students, *Dissertation Abstract International: Section A*: 59/11, 4053.
- Fizel, L.L, (2008). The relationship of birth order to perfectionism. ETD Collection for Pace University, In: <http://digital commons. Pace. edu>.

- Flett, G.L, Hewitt, P.L, Blankstein, K.R & Koledin, S, (1991). Dimensions of perfectionism and irrational thinking, *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 9(3). 185-201.
- Flett, G.L, Hewitt, P.L & Winnie Cheng, W.M, (2008). Perfectionism, distress, and irrational beliefs in high school students: Analyses with an abbreviated survey of personal beliefs for adolescents. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 26(3). 194-205.
- Namir, H & Hairal Nizam, I. (2004). Factor analysis of responses the irrational beliefs in a sample of IRAOT university students, *Psychological Reports*, 94(3). 775-781.
- Siegle, D, & Schuler, P, (2000). Perfectionism differences in gifted middle school students, *Roepers Review*, 23(1). 39-44.
- Udell, M.M, (2005). Birth order, perfectionism and body dissatisfaction among female college students, *Dissertation Abstract International: Section B*: 65/10, 5452.
- Vinning, T.L, Gaeddert, W.P & Mc Cormick, N.B, (1991). Sex role identification and young women's beliefs, *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 8(3). 159-167.
- Watson, P.J, Simmons, N.M, Weathington, B.L, OLeary, B.J & Culhane, S.E. (2009). Psychometric Analysis and Tentative shortening of Survey of Personal Beliefs, *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 27(40). 201.
- Wittenberg, K.J & Norcross, J.C. (1990). Practitioner perfectionism: Relationship to ambiguity tolerance and work satisfaction, *Journal of Clinical Psychology*, 27(12). 1543-1550.